

Unser Gehirn will weder Dauerstress noch Dauerrast



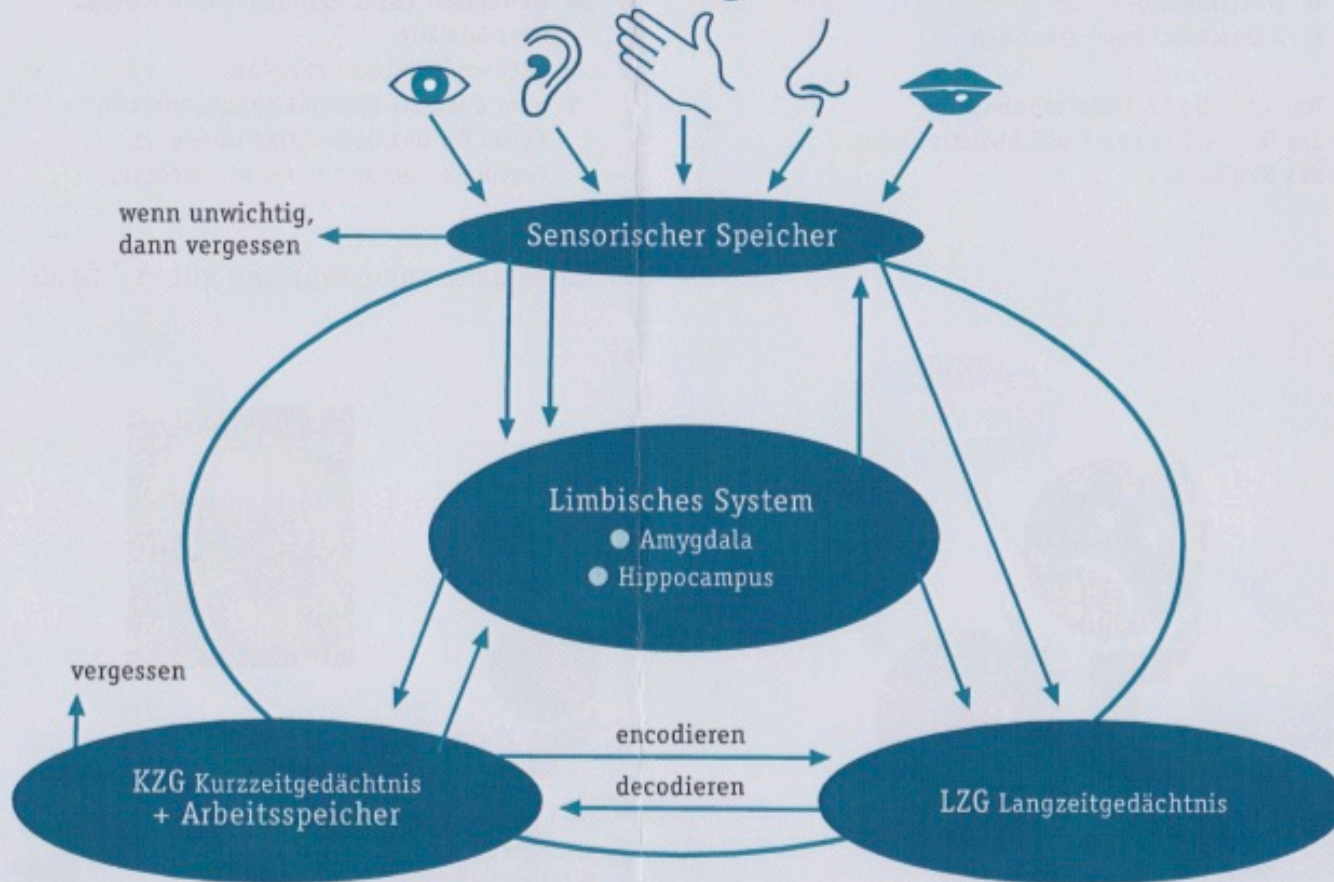
(unter Stress)

Das richtige Maß
an Spannung und Entspannung



(total „abgeschaltet“)

...und so läuft's: Der Weg aller Informationen



Ran ans Hirn



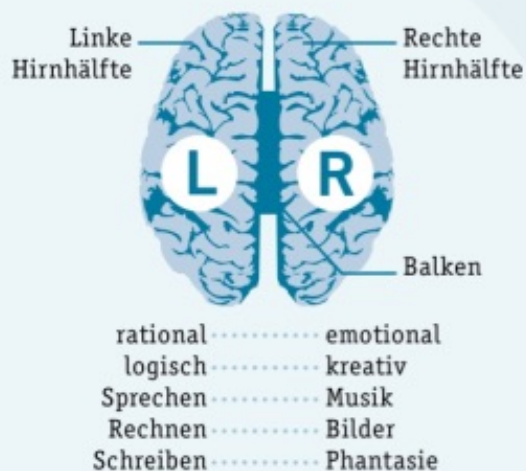
Wie lauten die fehlenden Startnummern?



© BVGT e.V.

Lösung: 24 + 4 - 3 + 4 - 3 + 4

So sieht es aus



**Auf gute
Zusammenarbeit**



Was können wir tun?

- Assoziatives Denken
- Denkflexibilität
- Phantasie und Kreativität
- Formulierung
- Konzentration
- Logisches Denken
- Merkfähigkeit
- Strukturieren
- Urteilsfähigkeit
- Wahrnehmung
- Wortfindung
- Zusammenhänge erkennen

Das sind die 12 Trainingsziele
des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings
des BVGT e.V.

Das biete ich an:

Das 12-Ziele-Trainingsprogramm
incl. Entspannung und Bewegung im Rahmen
der individuell persönlichen Möglichkeiten

- für Gruppen
- für Einzelpersonen
- in Gemeinschaftsräumen oder
bei Ihnen zu Hause
- als Parcours oder in Tisch- und
Gesprächsrundenformation
- Denk-Pfad® (Brainwalking) durch Natur
oder Gemäuer
- mit regelmäßigem Zeitplan
- oder auch als Einzelaktionen, wie z.B.
Kunst für das Gedächtnis und/oder
Festlichkeiten mit Denksporteinlagen

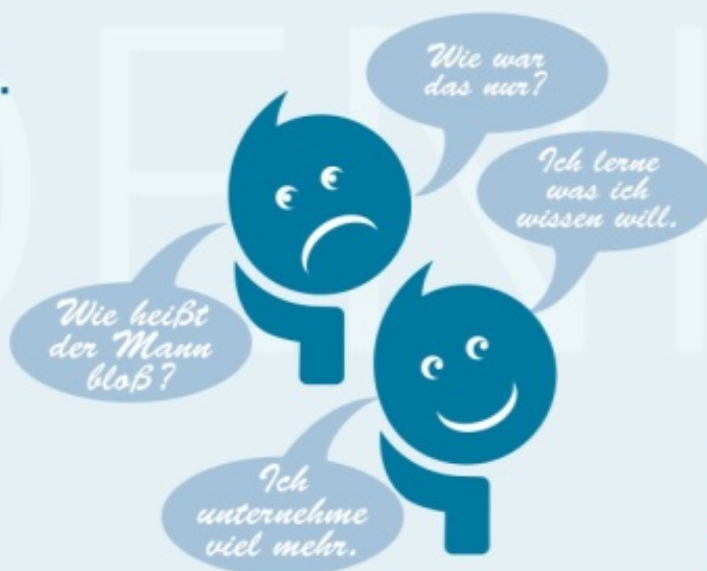
alles ganz entspannt und mit viel Spaß!

**Das Hirn ist ein Muskel, keine Seife.
Es wird nicht weniger, wenn
man es benutzt.**

Was ist das Ziel?
Nicht grübeln sondern denken!

Unterschiedlichen Lebenssituationen gut
gerüstet begegnen

- dank Denksport für Jung und Alt



DENK(X)

BVGT-zertifizierte Gedächtnistrainerin

© BVGT e.V.

Irmil Willms-Gray
Rondorfer Strasse 10
50354 Hürth-Efferen

Tel.: 02233 966 5589
Mobil: 0170 962 5848
imws@gmx.de
www.denkxwillms.de



